

福建南拳的现状及其改革发展的思路

林建华¹, 高楚兰²

(1. 厦门大学体育教学部, 福建 厦门 361005;

2. 集美大学运动系, 福建 厦门 361021)

[摘要] 简述了福建南拳之流派与特点, 南拳的对外传播, 福建省运动员在南拳比赛中的佳绩, 福建南拳的现状以及建国后与南拳相关武术流派的改革情况。从套路改革、创编综合规定套路、保留南拳特色等方面论述了南拳改革、发展的思路与对策。

[关键词] 福建南拳; 现状; 改革; 创编; 套路

[中图分类号] G 852.13

[文献标识码] A

1 引言

福建是南派武功的主要发祥地, 福建南拳经历了千百年的风风雨雨。在辉煌与壮烈的历史长河中不断丰富和发展, 形成了独具风格, 特点突出, 内容丰富、功法全面、实战性强的一大拳系。然而, 当中国武术的许多流派成功地进行了改革, 正以新的面貌和姿态阔步迈向现代国际竞技体坛时, 福建南拳已经落伍了。因此, 只有进行改革, 才能注入新的活力, 才能有新的发展。

2 福建南拳概貌

2.1 福建南拳的流派与特点

据史载, “泉州、永春人尚技击, 漳州人习滕牌, 漳、泉人善水战” (《明史》卷 79)。福建民间历来习武成风, 数百年延续不断。据福建省武术挖掘整理小组调查统计的资料表明, 八闽大地的南拳, 流行广、影响大、体系完整的有五祖拳、永春白鹤拳、福州鹤拳、龙桩、地术犬法、连城拳等 7 大拳种。还有达尊、太祖、罗汉、玄女、猴拳、鸡拳、蛇拳、虎桩、金狮、梅花、宋江、邱鹤、金刚、花拳等数 10 种拳术流派和近千个套路。这些拳种, 大多数经历了数百年的历史, 至今仍保留着传统的技术特点。即古朴刚阳、高马短技、步稳势烈, 以气催力, 以声助势、攻防明显等特点。

如流行于闽南及东南亚一带的五祖拳, 就具有勇猛骠悍之形, 兼有雄伟磅礴之势。拳法明朗, 手足并用。行拳时要求: 提百会, 则头正, 起牙关而项强, 两肩坠而心胸守, 十趾跷则足力生, 提裆吊肚气内转, 尾闾夹以聚丹田。动作吞如洪水卷地, 吐似疾箭离弦, 浮若风

[收稿日期] 1999-06-21

[作者简介] 林建华 (1953~), 男, 副教授, 从事福建南拳发展史研究。

吹羽毛,沉似顽石投江。发劲时腿夹臀敛,先蓄而后发,迅猛刚强。人称“金刚劲”。尤其是独特的“摇身摆脚”法,更使劲力发挥得淋漓尽致。永春白鹤拳则以鹤为形,以形为拳、以意领气,以气催力、稳扎稳打,手法善变、劲力精巧,软如绵、刚如铁,在南拳中堪称一绝。

2.2 福建南拳的对外传播

福建南拳最早的对外传播,且影响深远的当首推明代的俞大猷(公元1504—1580年)。嘉靖四十年(1561年),俞大猷取道河南嵩山,看到少林寺僧所练武艺“已失古人真诀”。于是传艺少林寺,使少林武艺得以复兴。这是400多年前,首次由福建人向嵩山少林寺僧传授福建南派武功的一个实例。

明末清初,随着郑成功收复台湾,闽南漳泉一带的武勇少年多随军赴台,把福建的南拳传到台湾。“时郑氏据台湾、漳泉间拳勇少年多往从之”《福建通志》(卷七)。

另据考证,福建南拳早在数百年前就随出洋的华侨传到了东南亚及欧美诸国。在世界上各个国家里,只要有福建人的地方就有福建南拳。在菲律宾、新加坡、印尼、马来西亚等国家,均有不少福建人办的武馆,习者数十万众。1929年应爱国侨领陈嘉庚先生的邀请,永春武术界组成了“闽南国术团”,赴新加坡、马来西亚等地巡回表演一年之久。而后,有一部分拳师应邀长留,传播著名的永春白鹤拳。

据福建省体委魏齐琪等同志的研究考证,日本的空手道就是源于福建南拳。早在一百多年前,日本的东恩纳宽量、上地完人等武术家到福建学艺,回国后结合日本的武道特点,创造出多种流派的空手道。如今日本空手道所演练的徒手和器械套路,仍和我省南拳无异。在广东民间流行广泛的洪拳、蔡拳、莫拳、澳拳及南技拳等也均是在清代由福建流传过去的。

2.3 福建运动员在全国南拳比赛中取得佳绩

福建省运动员在全国性武术比赛中,南拳项目均取得较好成绩。如在1960年的全国武术比赛中,泉州黄清江和漳州洪敦耕分别获得南拳第三、第五名;1961年华东区武术比赛,洪敦耕再获南拳金牌。在1964年全国19单位武术比赛中,黄清江和柯国丰夺取了金牌和铜牌。以上几位同志均是以改编的五祖拳套路参赛的。此后,在历年全国大型武术交流观摩大会上,我省运动员黄清江、邱思德、曾谋尧、邱丽漾、邱雄伟、庄昔聪、魏国良、吴欣等荣获优秀奖。除庄昔聪同志以“地术犬法”套路获奖外,其余均是五祖拳运动员。福建五祖拳以其独特的风格,特别是罕见的“金刚劲”,令武坛专家赞叹不已!此外,在全国武术锦标赛上。我省的吴秋花、付亚芬、魏丹彤、王惠玲、赵培德、吴贤举、陈帅等均在南拳项目上取得前三名的好成绩。尤其是王惠玲在第七届全运会、国际武术邀请赛、第十二届亚运会上技冠群芳,勇夺南拳金牌,被誉为“女南拳王”。行家称她演练的南拳“势正力整,劲道浑厚,气势夺人”。这正是她运用了五祖拳内外合一、以气催力的功法与技巧的结果。

2.4 福建南拳的现状

福建原有武馆、武社数百家。目前经省武术院登记造册的也有80多家。然而随着经济改革大潮的冲击,各地方武馆、武社的武术活动大大减少了,特别是老一辈武术家相继谢世,不少武馆已经偃旗息鼓、刀枪入库了。以前的青少年习练南拳成风,现在已十分少见。过去城乡百姓喜闻乐见的宋江阵及独具闽南特色的藤牌刀对枪棍的操练,更是难得一见。无数先辈用心血和智慧发展丰富的传统南拳似有西山落日之感。

3 建国后与南拳相关的其他武术流派的改革情况

为适应竞赛和推广,国家体委在查、华、花、洪、炮、少林等北方拳种技术风格的基础上,组织创编了如“初级长拳”、“乙组长拳”、“甲组长拳”及“刀、剑、棍、枪”等规定套路,然后组织举办各省、市裁判员、教练员、运动员学习班,编写教材、组织各级竞赛,大力进行推广。随后,各省、市又自行创编出“自选长拳”、“自选刀、棍、剑、枪”等自选套路,极大地促进了这一新兴拳术系列的发展。

明末清初始创于河南温县陈家沟的陈式太极拳,经过杨露蝉、杨澄甫祖孙三代不懈的努力,在继承的基础上进行了技术、内容、风格的大改革,形成了闻名海内外的“杨式太极拳”。杨式太极拳在历代拳师身上,又衍化出不同风格的技术流派。1956年,国家体委组织专家创编了“二十四式简化太极拳”。统一规定了太极拳的手型、步型、身型、手法、腿法、步法等规格和要求。随后,又相继编出“三十二式太极剑”、“四十八式太极拳”、“四十二式太极拳、剑”及陈、杨、吴、孙、武等流派的规定套路。这些规定套路的出现,立即传遍全国、飞向世界。成为世界上最普及最受欢迎的运动项目之一。

广东南拳有著名的洪、刘、蔡、李、莫五大流派和咏春拳、侠拳、佛家拳、孔门拳等等,流派繁多、精彩纷呈。但是,自从南海武术家林世荣根据洪拳和佛家拳动作进行改革,综合创编了“虎鹤双形拳”套路后,该套路以其内容丰富、风格独特,编排结构布局合理而几乎成了广东南拳的代表作。解放以后,该套路即成为全国高等院校的武术教材,流行全国。目前,《南拳竞赛套路》就是取材于《虎鹤双形拳》。

近年来,国家体育总局武术运动管理中心又相继组织人员创编了《形意拳》、《八卦掌》等竞赛套路。毫无疑问,这对于规范形意拳、八卦掌的竞赛与对外传播,又是一个极好的机会。

4 福建南拳改革发展的思路

4.1 据规则要求进行套路改革创编

福建南拳要更好地对外推广、更快地走向世界,并在全国武术竞赛中占有较大的优势,就必须借鉴其他拳种的先进经验,改变各流派各自为阵,固步自封的状况,抓住重点,集中优势,进行套路改革。根据突出特点,适宜推广,充实内容,合理编排,符合规则的原则,创编出具有福建南拳风貌的现代竞技套路。

武术竞赛规则规定:南拳套路的内容至少要包括拳、掌、爪三种主要手型和马、弓、虚、跪、独立步5种步型;手法、肘法、桥法、步法的一部分;三种不同的腿法动作;三种不同的跳跃动作和指定动作。同时,还必须充分运用14 m×8的场地。而福建传统南拳套路,均短小精悍,久称“拳打卧牛之地”。通常一个套路演练不足一分钟,套路的内容比较单一、路线多直来直去;多手法而少腿法和跳跃;套路中多采用“高马”(即步型较高较小)。这些均与竞赛规则有较大的差距。因此,必须根据竞赛规则的要求进行改革和创编。

4.2 以五祖拳为蓝本,创编综合规定套路

福建五祖拳内容丰富,体系完整,流传广泛,风格突出,影响深远。是创编福建南拳综

合规定套路的理想蓝本。笔者认为,以五祖拳的技法内容为主,结合罗汉拳、地术、龙桩、虎桩等拳术的部分技术动作,创编出既符合竞赛规则,又突出福建南拳特点的规定套路,其内容将更加丰富,风格将更加突出,并更具审美价值。

4.3 创编与推广

应组织邀请五祖拳的运动员、老拳师和罗汉、达尊、地术、龙桩、虎桩等流派的部分代表,以及我省的武术教练、专家、裁判等,进行讨论和创编,先创编出一套规定南拳,之后再考虑创编南刀、南棍和对练套路。创编之后可先由省体工队和部分地市体校运动员演练,一段时间后再组织专家进行评议,听取运动员、教练员的意见,再进行补充、修改和审定,最后形成正式规定套路。并组织人员编写教材出版,拍摄录像、制作激光盘推向市场销售。

创编出福建规定南拳之后,应加大推广的力度和措施,向省内外、海内外推广。各级体委部门要积极扶持,采取措施,把推广福建规定南拳作为振兴福建武术的一件大事来抓。首先,由省武术院组织各种类型的南拳培训班,如“福建省武术教练员培训班”、“裁判员学习班”、“全国南拳培训班”、“海外南拳培训班”等等,学员培训合格后,向各地传播推广,有条件的还可以组织专家赴国内、外推广。其次,在每年举行的“省少儿武术比赛”中增设“福建规定南拳”一项。每年还可组织“福建省南拳演武大会”,除了各地方南拳,南械及功法表演外,规定南拳作为必须参赛的项目。同时,还要积极组织海外包括台湾、东南亚及欧美武术团体的南拳交流比赛。建议南拳作为福建体育院、系的武术教材,作为武术专业学生的必修课。在下一轮全国体育院校武术教材的编写中,力争能列入全国体育院校的教材中。

4.4 鼓励武馆武校保留福建南拳特色

福建与台湾、东南亚各国的武术有着很深的渊源和联系。加强海峡两岸及东南亚国家的武术文化交流是福建的优势,也是改革开放的需要。今后这方面工作将更加重要。

福建目前的武馆武校,主要以传授长拳类为主的技术及竞赛套路、散打搏击等。传授传统南拳的武馆却寥寥无几。1997年曾有台湾武术界朋友前来访问,提出参观大陆宋江阵的要求,笔者转辗托付了许多朋友,才勉强找到了几位当年曾操练宋江阵的人与之交流。而如今难得哪一武馆武社能凑足一百单八人操练宋江阵的。

应鼓励各地武馆武校办出福建武术的特色。既要练长拳、竞赛套路和散打,更要保留继承和发展福建地方拳术。地方体委应在政策上、措施上给予一定的扶持和照顾。

4.5 建立专门的研究、推广机构

20世纪70年代末至80年代初,全国武术挖掘整理工作全面铺开。福建省也组织了一批专家、学者成立了武术挖掘整理领导小组和工作组,深入八闽大地进行调查、收集、研究。花了大量的人力、物力、精力。挖掘整理出其宝贵的南拳资料。出了很好成果,得到了国家体委的高度赞扬。但是,遗憾的是这一工作没有继续下去,在继承与宣扬方面没有继续进一步工作。

因此,建立“福建南拳研究推广中心”已成了刻不容缓的事了。该“中心”应对福建具有代表性和特殊性的拳种、套路、技术、功法及对人体的生理、心理影响、社会价值等进行专门研究。建立福建南拳资料档案。包括各流派发展史,人物志、拳种特点,古籍、古兵器和各年代的南拳研究文章,图片、录像等等。并致力于宣传、培训、推广工作。目前,地处厦门特区的集美体院和福建师大体育系有条件承担这一重任。但上级主管部门应定期拨出一

定的经费(或社会筹集),供研究和推广。

5 结束语

福建南拳应立足于本省,面向全国,面向东南亚,面向世界。福建人民应有宽阔的胸怀和战略眼光,把福建南拳这一经历千锤百炼的宝贵文化遗产奉献给世界,造福世界人民。

[参考文献]

- [1] 洪正福.福建南拳的渊源流派和特点[J].八闽武坛,1991(1):2~6.
- [2] 福建省南拳调查组.福建南拳技术资料[J].八闽武坛,1991(1):7~9.
- [3] 洪敦耕.武林琐谈[M].香港天地图书有限公司出版,1992.
- [4] 周 民.五祖拳辨[M].泉州南少林研究,香港华星出版社,1993.239~244.
- [5] 卢义荣.五祖拳源流初探.[M].泉州南少林研究,香港:香港华星出版社,1993.245~256.
- [6] 刘福铸.南北少林本同宗[M].福清少林寺,福州:福建省地图出版社,1996.25~32.
- [7] 胡金焕.南拳汇宗[M].福州:福建人民出版社,1997.
- [8] 程大力.关于中国武术继承,改革与发展的思考[J].成都体育学院学报,1998,(4):20~24.

Current Situation and Thought of Reform & Development of Fujian Nanquan Boxing

LIN Jian-hua¹, GAO Chu-lan²

(Dept. of Public Physical Education, Xiamen Univ., Xiamen 361005, China;

Dept. of Athletic Training, Jimei Univ., Xiamen 361021, China)

Abstract: The essay tells briefly about the genres and characteristics, the outward spread, the great achievements of its athletes, the actualities and the post-liberation reforms in other schools of Fujian Nanquan Boxing. Based on the upgrading of its layout, the creation of integrated & regulated routine and the preservation of its features, the thesis also engages in the thought and countermeasure of its innovation and evolution.

Key words: Fujian Nanquan Boxing; current situation; reform creation and design; routine.